April

~~Mei~~ 1975, No. 3

TARAAI



REVISTA DI
CENTRO DI BARIO NOORD

CENTRO DI BARIO NOORD

FUNDACION PA STIMULA DESAROYO SPIRITUAL, SOCIAL Y CULTURAL DI NOORD
NOORD 74 – P.O.B. 322 – TEL: 4658 – ARUBA

PROLOGO

Apreciable concuidadano,

E gran estadistico Norteamericano John F. Kennedy a yega di bisa: No wak kiko bo pais por haci pa bo, pero kiko abo por haci pa bo pais.
Cu otro palabra: no sinti warda pa nan haci algo pa bo pero bo mes mester pone man na obra pa logra un mihor futuro. Mayoria di nos ta bay traha, despues ora traboa caba nos tarea a caba pa e dia ey. Nan a cumpli cu nan deber. Nna ta worry poco cu loque ta pasa na Noord y loque ta pasa na Aruba. Nan mester bira mas critico. Si tina algo pa kritica, hacie libremente, basta e kritico ta fondá. Si tin alzo pa alabá laga nos hacie libremente. Si nos tin algo pa aprecia laga nos apreciele tambe. Den Noord nos tin hopi cos di aprecia, pero tambe nos tin hopi cos pa kritika. Nos por kritica por ehempel cu nos gobernantenan, a kita mayoria di nos luganan di recreo (beachnan) for di nos, pero di otro banda nan a duna hopi tata di familia un pan door di construi hotelnan. Nos por kritica cu pueblo di Noord no tin telefon ainda y cu e brandweer no ta funciona. Mayoria di nos carreteranan ta den un estado sumamente deplorable, na hopi lugar ni asfalta e camindanan no ta. Anto nos ta wordu considera como e centro turistico di Aruba. Nos estudiantenan mester tuma bus bay playa pa sigi nan enseyanza. Cu tanto habitante asina te ainda nos pueblo no por haya un M.A.V.O. of un School Techniko. Si e sorto di enseyanzanan aki bini Noord ta mas cu sigur cu hopi mâs mucha homber y mucha muher, cu awor no ta sigi sinja, lo sigi e schoolnan aki.
Nos pueblo pa hopi tempo a wordu neglisha. E carretera di misa di Noord pa Playa ta masha bunita. Pero e otronan? Di misa pa Westpunt? Di misa pa Calabas? E caminda pa Alto Vista; pa Bubali, asina mi por sigi mencionanan un pa un. Mester bin un cambio. Nos pueblo ya no ta accepta e sorto di cosnan aki mas. Nos a cansa di pidi; awor nos ta exigi. Ta un derecho di cada pueblo pa exigi lo que tin drecho riba. Si nos ta paga belasting nos kier mira tambe cu e placa aki (maske ta un parti) wordu gasta den nos.
Pero manera mi a bisa nos tambe por yuda nos pueblo engrandece. Nos mester sera cabez huntu pa yuda otro Si den nos pueblo tin hende cu no por yuda nan curpa, cu no tin un cas drechi, ban yudanan. Nos pueblo mester bira mas social-minded. Esey e por haci na differente manera. Traha huntu y coopera cu e clubnan den bo vencindario. Club di futbal, di volley, basket etc. Nos tin un Centro di Bario, acudi frequentemente y tuma parti na e actividadnan. Ban haci tur nos posibel pa nos, pueblo bay mas dilanti cu ta posible.
Si un y tur coopera nos lo logra un mihor futuro sigur.

Apreciable lectores,

Despues cu pa di tres biaha consecutivo Centro di Bario Noord a saca su revista cu sin duda alguna a cay na agrado di hopi hende, cu a lesele
Cada luna nos ta partiele gratis via schoolnan di Noord. Awor nos kier participa lo siguiente: Cuminsando na luna di mei nos lo bay cobra un prijs minimo pa nos revista. Nos lo cobra pa cada revista f 0,25.
Tambe tin posibilidad pa bira abonado riba nos revista pagando un suma di F 3,–. Nos comishon lo zorg pa bo persona haya bo revista tur luna durante un anja na cas. Si bo kier abona riba nos revista yena e formulario aki y mandele cu bo yui na un di e schoolnan di Noord, y nos lo zorg pa e resto. Tambe ta existi e posibilidad pa cumpra algun exemplar los na schoolnan di Noord y na Centro di Bario Noord.

Revista Centro di Bario Noord.
mi kier abona mi mes pa .... luna mi ta paga e suma di F...............

Mi nomber ta:..

Direccion:...

CONTENIDO

PROLOGO..1
APRECIABLE LECTORES...........................1
FELIX FLANEGIEN A RETIRA....................2
DIRECTIVA NOBO..2
PROGRAMA DI ACTIVIDADES...................2
CURSO DI LANDA..2
PUZZEL...3
SHOW DI MODA..3
NOS TALENTONAN INFANTIL..................4
PING – PONG...4
CONTINUASHON DI PING–PONG..............5.
PAGINA MEDICO.................................6 - 7
POLESIA...8
CARTANAN RICIBI..............................9 - 10
ISOLACION..11
TARAAI...11
CURSO DESAROLLO GENERAL................12

Felix Flanegien a retira como presidente di Centro di Bario

Despues di 6 anja di a traha incansable, nos presidente, a dicidi di baha como presidente di Centro di Bario Noord. E motibo ta cu Felix a dicidi di bai den politica, y como Centro di Bario Noord no ta traha riba un base politico, e a dicidi di tuma su retiro, pa niun hende no tin di affilia politica cu Centro di Bario Noord.

Felix, foi principio, tempo cu ainda no tabatin edificio a lucha duru pa e edificio bira un realidad y ta pa un gran parti door di su esfuerzonan a logra un edificio bunita asina pa nos pueblo.

Diferente actividadnan el a entama y hopi cu exito rotundo. Nos tin sigur cu hopi di nos pueblo a apreciele como presidente.

For di aki nos comishon ta deseële tur exito den su carera politica cu e a cuminsa y alavez nos kier desea su succesor Sr. Acinto Flanegien tur exito den su tarea dificil como presidente.

DIRECTIVA NOBO.

Pres. Chin Flanegien
Vice Pres. Chando Pietersz
Secr. Frida Figaroa
2 de Secr. Suzie Kelly
Penning M. Jossy Tromp
2de Pen. M Lou Ruiz
Commisario Tinchi Flanegien
Klaas Tromp
Mayens Tromp
Elvira Giel
Nita Hill
Imelda Eckmeyer
Chinda Semeleer
Vicente Semeleer

Programma: di actividades

5 Mei: Mode Show.
10 Mei: Fiesta público
11 Mei: Dia di mama.

C.B.N ta habri di 4or di atardi pa tur mamanan tin un caja di orgel pendiente .
Anochi: pa laga e mamanan pensa tempu di nar pu, Comedia y fiesta pa mamanan.

Curso di landa

Centro di Bario Noord ku cooperacion di Zwem Club Esmacar ta bai cuminsa mei proximo ku un curso di landamento pa muchanan ku no sa landa.

pa diploma A: mester landa 25 m. ku panja na curpa.
75m. ariba barica.
50m. " lomba
tras di otro.
1 minuut watertrappen.

pa diploma B: mester landa 75 marcha barica, 25m. ariba lomba (tras) di otro ku panja na curpa).
125m. ariba barica, 75m. ariba lomba.
7m. bauw awa.
1 minuut watertrappen

Asina por sigi siña landa te ku F.
Edad pa tuma les: 10 te ku 14 aña.
Dia di les: Dialuna
Ora: 6.15 – 7.00 (atardi)
Contribucion. F 5,-- pa luna (mester paga adelanta na Centro di Bario Noord). Instructeur ta: Señor J. Baiz.

Por scirbi nomber na Centro di Bario Noord tur dia for di 7.00 te 8.00 di anochi
E 20 prome hendenan lo cuminsa 5 mei proximo, e otro nan tin ku warda.

Pa mas informacion por tene contacto cu Jossy Tromp, Ponton 113A.

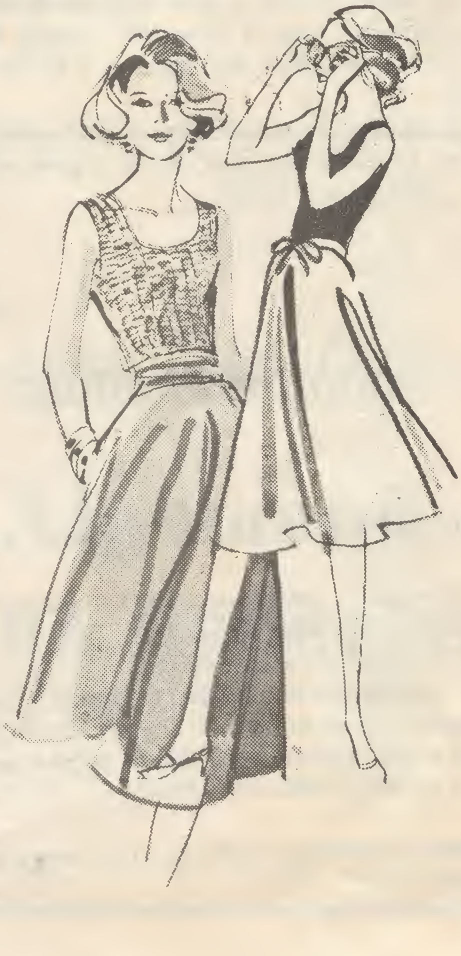
Busca e siguiente lugarnan (di Noord) aki den. (Por wordo busca diagonaal, horizontaal y vertical. p.e. CALABAS)
Di e otronan solamente e promer letter ta poni.

```
W M Q X D R O U R D O Y T H Y K O R T
K O P E N D K A M A Y M P E P D E F G
O K K O E O P O N O S E [C A L A B A S]
S O K N T P O I X C B N H C M O N O N
D W J I D R S U Z O L C V S K A Z L C
R I E O A K A P O R E V Q U B O S U O
I K X S L N B S T W Q P O I O J L Z S
P U S J T P O V A D N X R K Y Z X Z C
O K O N S P U D X P S U K H Z R W Q A
B J R O M Q U N O I T A L U C Y P U P
W A B O L K O N R U D Y T R O M P B E
V O K S T O P O T A T R A H E O K U N
C R A F K R D P L E J E N I T H H B P
K I P S A B A N A L I B E R D R T A O
C A R A J L O J O E M E L Y Y O Z L S
S T V W B O R O N C A N A S W V K I N
```

1. K...............................
2. W...............................
3. B...............................
4. B...............................
5. B...............................
6. K...............................
7. P...............................
8. M...............................
9. S...............................
10. K...............................
11. T...............................

Manda boso resultadonan aden promer cu dia 20 di Mei serca un di miembronan di Comision di Revista of na Centro di Bario Noord.
Pa e ganador lo tin un premio di F. 10,– Si tin mas cu un ganador, lot lo dicidi e ganador.

Show di moda



E comishon di cose kier partisipa na tur e cursistanan cu e lo bai tin un show di moda pa e cursistanan di cose y cushina.
E fecha ta: dialuna 5 di mei, di 7,30 pa 12 or na Centor di Bario Noord.
Sponsers ta:
Carmen Bazar di San Nicolas y Catharina Franken di Tanki Leendert.
E anochi aki lo costa f 1,00 pa persona pa cubri gastonan di cuminda, y lo tin opportunidad di baila despues di e modeshow. Lo tin tape cu musica alegre. Entrada ta solamente pa pareha of un invitado. Tur e cursistanan ta hanja un karta pa invitashon y un kaartchi di entrada, manda na cas, loqual e mester bin cu ne dialuna anochi. Nos ta spera cu tur e cursista di Centro di Bario Noord lo bin pasa un anochi agradable, y nos ta desea boso tur hopi exito cu boso curso.

Comishon di cose,

Cecilia Kelly,
Antonia Kelly,
Emiliana Tromp,
Elsa Coffi,
Titi Tromp.

Mas tocante e comishon nobo aki lo sigi den e siguiente korant, keda pendiente.

NOS TALENTONAN INFANTIL

"NOS TALENTONAN INFANTIL"
Haidi Dijkhoff. Kudawecha. Klas 4A.

Mi a bai un biaha wak circo.
Aya nan mi a mira hopi cos bunita. Manera olifant, cu ta cana riba cabuja. Beer cu ta core riba brommer.
Pajaso cu ta hasi coi loko.
Makako cu ta bula cabuja. Core riba baiz sin tene.
Esey tawata bunita.
Despues ora nos a bin nos a bai cana den koenoekoe
Ey nos a mira kadushi bestia, manera: jiwana, lagadi dishi, konijnchi, barica geel, totolica, paloma y hopi bestia mas.
Nos a mira un seru. Nos a bai sinta riba e seru.
Biento ta supla duro.
Poko rato nos a mira dos carne bringa.
Esta bunita.

Elvis Tromp. edad 12. Sint Aloysius School.

Ami a gusta e comedia den Centro di Bario Noord. Centro di Bario Noord ta bon mes, pesey mi a drenta den tekengroep. Ami ta desea cu Centro di Bario Noord bira mas mihor den futuro, y lo bai bin mas weganan.
Anto mi ta bisa cu e carnaval tawata masha bunita. Ainda mi ta corda dia nos skool a gana medalla di softball. Oké masha danki.

Shirley 11 jaar. St. Aloysius School. klas 5.

Bon tardi meneer, Nos ta contento cu nos a haci hopi sport, y keiro hopi caminda.
Tambe nos a haci un wandelsterrit.
Nos kier pa meneer bai cu nos na laman y tambe nos kier pa meneer haci toneel, cu nos mi a haña tur e meneer bon y nan a pinta poco figuur ariba e muraja tur e cos nan ey nos a haci.

Mi ta masha contento, danki pa tur e wega y e pintamento nan.

Maikel Perez. 13 jaar. St. Anna School . Klas 6

Mi ta bai papia tocante muchanan di schobl tawata goza e wega di meneer Hose Fernandes cu a organisa e weganan den Centro Bario. E wega nan aki tawata duchi i tawata tin wega manera pusta den sako, trefbal, kickbal, voetbal enz. I tambe nos tawata tek riba muraja, manera palo di coco, y nos tawata tek bonita. Y nos tawata coopera cu otro pa e pinturanan bin bon y bonita. Y awor nos ta pinta den groep y meneer Fernandes ta mustra nos ki nos mester pinta.
Di mi banda mi kier pa meneer Fernandes organisa un wega di soft – ball.

Eric Semeleer. St. Anna School. Klas 5. 10 jaar

Mi a gusta e herfstvakantie, mi kier sa si nos ta hunga kikbal. Ami no a bai e wandelsterrit, pero mi a bai e wandelsterrit di school si.
Meneer, mi a gusta e wandelsterrit di school esey si mi ta gusta. Oké meneer, awor mi ta stop di skirbi.



PING-PONG

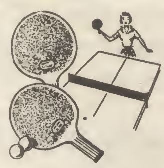
Centro di Bario Noord a habri su portanan pa pueblo di Noord y ku esaki e posibilidad di praktika diferente deporte ta un di e metanan di Centro di Bario Noord.
Den e rubrieka a i nos lo duna un relato di organisashon y desarollo di kada deporte ku ta wordu praktika na Noord pa asina hasi e deporte mas interesá den pueblo di Noord. Nos ta ripara ku tin hopi talento den Noord, pero nan ta skondi ainda. E talentonan aki tambe mester hanja un oportunidad di desarolla nan mes.
(Ku esaki nos kier a alcansa tambe ku mas personanan grandi y chikito por sakudi e krenchi miedo ku nan tin pa aktua den publico y hasi deporte). Nos lo tuma e ehempel di Ping - Pong.
Anjanan pasá e deporte di Ping - Pong [illegible] un top –

deporte di Noord y despues ela kai por kompleto. Y awor nos a kuminsa ku un rosea nobo. Despues ku Centro di Bario Noord a habri, hopi hende a bolbe kuminsa praktika ping – pong. Direktiva di Centro di Bario Noord a disidi di organisa Ping – Pong.
Pues diamars 16 di juli 1974 un reunion a wordu jama ku tur e interesadonan. E anochi ey un komishon di ping - pong a wordu forma, ku lo bai trata di promovi Ping - Pong mas tanto ku ta posibel.
Un toernooi a wordu organisa ey nos por a mira ku tabata tin bastante interes, no menos ku 50 persona a partisipa den e diferente categorianan.(caballero, dama, juvenil, infantil).
Dia 23 di juli 1974 e apertura di e toernooi a tuma lugar. Despues di palabra di Betto Croes, voorzitter di A.T.T.A. y Martin Flanegien, voorzitter di comishon di Ping - Pong, promer service a wordu haci door di Sr. Betto Croes, y asisti pa srta. Mary – Lee Croes, secretario di comishon di Ping – Pong
Un enorme publico a anima e jugador (a) nan kende nan a hasi nan mas esfuerzo pa destacá lo mejor ku ta posibel. Tabata tin partidonan hopi emocionante. Pa mas o menos 11 'or di anochi e promebuelta na termina di dama y caballero. 10 Caballeros y 6 Damas a pasa pa semi - finale.
E siguiente diasabra dia 30 di juli e partidonan a continua, 4 'or di atardi a enfrenta otro e juvenilnan y e infantilnan. Y nos por a mira ku den nos chikitonan tin hopi talento pa futuro.

Den infantil a sali Ricky Wolff kampion y Nicolaas Wolff subkampion. Den juvenil, mucha homber a sali Tromp kampion, Franklin de Kort subkampion. Y di juvenil damas a sali Haydee Wolff Kampion, y Claudette Wolff subkampion.
E ultimo dos aki a participa anochi tambe den di damasnan y nan a logra supera tur. Haydee Wolff a sali kampion di damas tambe y Claudette Wolff subkampion.
E caballerosnan tambe a enfrenta otro e anochi ey y 5 di nan a pasa pa finale. Diamars e finale a tuma lugar y despues di un fuerte batalla Erwin Wolff a sali kampion, Alfredo Farro subkampion, Bencho Frank na di 3 lugar, y Eric Allee na di 4 lugar. Na final e premionan a wordu parti pa e ganador(a) nan, Den e siguiente competitie di A.T.T.A. nos a partisipa ku dos team di caballeros, (A - B), y dos team di damas (A). Sr. Betto Croes, a hanja e organisashon asina bon y e lugar bastante adekwado ku el a disidi di laga e apertura di e competitie di e competitie di A.T.T.A. tuma lugar den Centro di Bario Noord.
Pues na luna di augustus e apertura a tuma lugar, ku difelé di tur e teamnan partisipa y diskurso di Sr. Betto Croes, Den e competitie aki nos teamnan di Centro di Bario Noord no tabata mucho eksito pero esey tabata di spera komo kiera ku ta di pormer biaha nos ta partisipa kontra teamnan ku tin anjas di experencia. Pero toh nos a gana algo, nos jungadornan, jungadorann
gadornan a hanja dor esaki mas experencia y nos ta ripara ku e nivel di nos jugador (a) nan ta subiendo ku pasonan firme. Lastimamente ku nos mester ripara ku ultimo tempo e interes a kai un poko. Nos a tene di dos toernooi di ranking pero eno tabata asina exitoso ku di promer biaha. E comishon di ping - pong a hasi un test pero toch e interes tabata poko. Y for di e lugar aki nos kier a pidi si tin mas hende ku ta interesa pa forma parti di e comishon pa ping - pong por akudi libremente na Centro di Bario Noord y duna bo nomber y tambe esnan ku kier partisipa den e siguiente toernooi di ranking (muy pronto) por akudi na nos edificio i skirbi nomber serka un di e miembronan di e komishon di deporte o di Ping - Pong, Si algun otro sugerencia tambe pa kwalquier otro deporte ku nan ideanan ta bonbini serka e comishon di deporte ku ta consisti di:
Mayens Tromp.
Chando Pieters.
Chin Flanegien
Bencho Frank
ku e lema: mente sano den un curpa sano, nos ta keda ku un saludo deportiva, te un otro biaha!

Comishon di deporte





PAGINA MEDICO (pa Rob)

Den e pagina aki e revista aki lo publika tur luna un serie di articulonan tocante algun malesa cu ta bin cu freguencia y tambe lo duna algun instrucciones con por evita cu nos por haya un of otro malesa. Reacciones riba e topiconan aki lo ta altamente aprecia y si tin cualquier persona cu kier sa mas riba un of otro topico por dirigi su preguntanan via carta na nos redaccion na Centro di Bario Noord.

DIABETES

E biaha aki nos lo bay trata di duna un splicacion di diabetes y di e diferente cosnan cu ta relaciona cu esey. Pa un bon comprendemento nos lo cuminza cu duna un descripcion di e pancreas. E pancreas ta un organo cu tin un poco e aparecido di un troshi di druif y cu tin un peso entre 80 te 90 gram.
E ta consisti di 2 sorto di tejido (weefsel) di lo cual cada un tin un funcion conpletamente diferente. Un ta traja substancianan pa digestion di cuminda. E otro tejido ta traja dos sorto di hormoonnan esta glugagon y insuline (Hormoonnan ta cierto substancianan traja door di glandulanan y treci mesora den sanger). E celann cu ta traha e hormoonnan ta aparece den forma di gruponan chikito di celnan den e rabo di e pancreas. E gruponan ey ta wordu llama e islanan di langerhans.
Nan ta consisti di 2 sorto di celnan esta e celnan alfa y e celnan beta.
E celnan alfa ta traha glucagon
E celnan beta ta traha insuline.
E tejido cu ta traja e substancianan pa e digestion di cuminda ta trece eseynan via un canal special den e intestinonan. E tejido cu ta traja e hormoonnan ta trece eseynan directamente den e venanan rond di e pancreos y asina mesora den sanger no tin canal special.

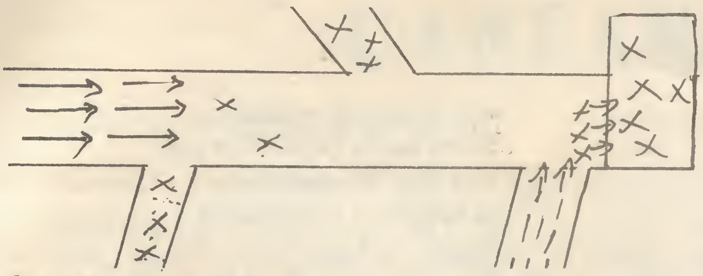


E insuline ta duna e higra y e musculonan posibibilidad pa converti glucose den glycogeen y stina esaki (Glucose ta un sorto di sucu cu e curpa ta traja fey di cuminda). Tambe e ta promove e combustion di glucose.
E curpa ta produci diferente substancianan cu tin un accion contrario cu esun di insuline por ejemplo e ya mente glucagon.
Un otro di e substancianan aki ta un hormoon cu ta wordo traja door di e hypofyse. E hypofyse ta un organo situa den e cabez, cu pega cu un, Stel" na e sesonan. E tin e grandura di e ultimo pida di e dede chikito den hende su man.



E hypofyse ta un glandula cu ta controla tur e otro glandulanan cu ta traja hormoonnan. E hypofyse ta traja diferente hormoonnan. Un di su hormoonnan ta e principal substincianan cu tin un actividad contrario cu esun di insuline. E ta pone e nivel di glucose den sanger subi door di stroba e celnan di usa glucose. Insuline ta stroba e actividad di e hormoon ey, asina cu e celnan ta haña tog chens di usa e sucu. Tin varios otro hormoon cu por hiza e nivel di sucu pero a nan no ta tanto principal manera esun di e hypofyse. Produccion insuficiente di insular door di e islanan di langerhans ta e causa di major casonan di diabetes. E produccion insuficiente por ta wordo causa door cu:

1. E celnan beta di e islanan di langerhans ta partial o completamente destrui (loque ta causa esaki mundo medico te awor no tin un opinion unanimo).
2. Door cu e insuline produci ta wordo inactivo door di otro substancianan o door cu produccion di hormoonnan cu ta hiza e nivel di sucu ta subi hopi, di modo cu e insuline cu ta wordo produci no por competi mas cu nan.



hormoon di insuline
substancianan cu
molecullnan di glucose

Resumi nos ta mira cu diabetes por tin diferente causa
1. Produccion diminua di insuline
2. Produccion alza di glucagon.
3. Produccion laza di un cierto hormoon di e hypofyse.
4. etc.

Fuera di e fenomeno di un nivel muchu halto di sucu den sanger (esey ta wordo llama hyperglicemia) tin tambe e fenomeno di un nivel mucho abao (esey ta wordo llama hypoglicemia). Esey por ha wordo causa door di cu e islanan di langerhans ha bira mas grandi door di cierto malesanan (pro ejemplo tumornan) y door di esey ta producci mas insuline do lo cual nan ta wordo supone di traja. Tambe e por wordo causa door di cu e hypofuse ta traja mucho poco hormoon cu ta hiza e nivel di sucu. E produccion di e hormoon di hypofyse y esun di pancreas mester ta balansa cu otro. (Esey ta e caso cu tur e otro hormoonnan tambe. Nan tur mester ça balanza cu otro).
Tambe un nivel di glucose por wordo causa door di cu e islanan di langerhans ta reacciona mucho fuerte ora cu e nivel di glücose subi.
Asina tin varios otro cosnan cu por causa un nivel mucho abao.
Hendenan diabetico cu ta ariba insuline por haña un hypoglicemia ora cu nan ta haña insuline y despues ta salta un cuminda. Pesey nan mester di tin semper algun cos dushi pa ora nan sinti un ataca di hypoglicemia bini nan por come esaki.
Symptomos di hypoglicemia ta entre otro: temblamente, hopi hamber, frieldad etc) Pa hypoglicemia mester wordo tuma mes ora medida ya cu esaki ta un situacion hopi peligroso.

E femedenan cu ta wordo usa pa diabetes no ta remede cu ta cura un malesa sino nan ta duna e hende un posibilidad pa sigi biba basta normalmente.
Den casonan leve un diete adecuado ta suficiente. Pa casonan modera (eseynan ta mayoria di e casonan di hendenan di mas edad) tin substancianan cu den forma di tabletanan wordo tuma pa boca.
Nan por wordo usa solamente si e islanan di langerhans ainda ta produci poco insuline. Tin di e substancianan aki cu ta traja door di cu nan ta stimula e pancreas pa traja mas hormoon. De e insuline cu ta wordo usa pa tratamento di diabe tes tin diferente forma. Un forma ta pone e nivel di glucose baja liher y ta traja algun ora. Un otro forma ta pone e nivel baja menos liher y ta traja mas largo. Tin varios variaconan ainda. Insuline mester wordo injecta, pasobra si e wordo tuma pa boca, e ta wordo kibra den stoma y intestinonan sin haña chens pa drenta den sanger. Un di e symptomos di diabetes ta e exrecion di sucu den urine (E palabra diabetes ta bine fey di diabetes mellitas. Esaki ta dos palabranan griego y latino cu ta nifica: exrecion mes dushi cu miel).
Ora e nivel di glucose den sanger subi bira mas cu 1,5 gram pa cada liter di sanger e riñon ta cur inza laga sucu pasa den urina. E nivel normal pa glucose den sanger ta pa hende sano y sobrio (no ta come) 0,8 – 1,15 gram pa liter.
Tin malesa den cual den urina tin sucu mientras cu e enfermo no ta diabetico. Den e caso ey e riñon tin un defecto. Nan ta laga sucu pasa mucho liher. Pesey den caso du urina dushi un medico mester dicidi ta kico ta e causa. Diabetes no controla por haci cu e nivel di ñlucose despues ni tempo por subi masha halto mientras eu e celnan no por haci mucho cos cu e glucose aki. E curpa lo cuminsa usa e grasa (vet) di tal moda cu e nivel di acido, aceton (un substancia cu entre otro tambe tin e cosnan di kita verf di huña) ta subi. E enfermo ta bira marea, ta saca, ta cuminza hala rosea pisa perde conocimiento etc. Esaki ta wordo yama un coma diabetico. E situacion aki ta hopi peligroso y medidanan mester wordo tuma mesora. Algun complicacion di diabetes despues di mas tempo ta entre cu e circulacion di sanger pa e pianan ta bira menos. Esey ta causa cu un herida chikito ya por tin consecuencianan grave, principal si no wordo tuma medidanan mesora. Tambe e retina (netolus) di wowonan por wordo afectua. E general e venanan ta wordo afectua loque ta un causa di e problemanan ey.
Na e laboratorio na Aruba tocante e subjeto aki den sanger solamente e nivel di glucose ta wordo determina. E nivel di insuline no ta wordo determina. (Esaki ta un determinacion poco complica den cual mester traja cu materialnan radioactivo) Patient diabetico cu ta bao control di medico regularmente ta wordo manda pa un "dageruve" Di e patientnan aki danger ta wordo tuma ora cu nan ta sobrio y despues 2 biaha



mas ora cu nan a come caba. (Nan mester como despues di promer tumamento di sanger). E resultadonan por duna e medico un idea conta para cu e desarollo di e malesa. E ta keda mescos o e ta bira peor. Diabetes ta un malesa cu ta subiendo aña pa aña. No tin curanza p'ele. E causa exacto no ta conoci ainda. Wel tin ripara cu hopi (dus no tur) caso eta di hendenan cu ta custuma di come mucho y door di esey ta haña mucho peso.

Algun problemanan di handenan diabetico ta manera nos a mira caba ta entre otro e chens pa haña herida na pia cu no ta cura bon, wowo afectua. Un cos necesario pa purba di diminera e chens ariba e complicacionnan aqui ta un control regular di sanger y urine. Fuera ñi esey mas atencion pa curpa principal e pia mester owrdo bon cuida. Cortamento di huña y cayo por wordo haci cu sambechi o blade.. E regimen di cuminda mester wordo sigi strictamente. E medico ta wordo supone di duna tur informacion con pa regla e bida o pa laga sa cual instancianan por duna informacion adecuado.

E CHIK NA FIESTA

Mi a keda waké bon ora elá drenta fiesta.
Awor bon cañá y cu hopi brio mi a puntre pa
balia. Manera cos cu tawata su deseo tambe
elá lanta cu´n sonrisa ariba su cara. Nos
a balia despues mi a puntr´e pa ban sinta
hunto. Cos a drecha! M´a fit! Den oranan di
mardugám´a hal´e cushi - cushi den un skina
scur. M´a dal´e tene y dun´e su di promer
sunchi. Tawata manera magneet, miñ por a
stop! El´a cuminsa ta keha, ranka, pero nada!
Diripiente elá cumind
Diripiente el´a skop mi y mi tambe a keinte
un. Rankamento, hunjamento. Mi tampoco no a
laga pa gana y a cumindata tresé sacudié
den otro. Mi a sinti su panja kibra y tawata
manera cos cu mi a caba cu´né!
Gritamento! ....Desordo! ....
........Mi mama ta gritami lanta.................
seis´or di mainta. Cusinchi.............na werki.
Slopi..................na wèrki.....................

Rudy Tromp.

TRUPIAL

Den oranan di mardugá
Ya un parha ta pasa tur lugá
Y ta fluit di contento
Pa bai busca su alimento
Nos tur sa ken e ta
Ta e parha mas encantá
Cu ta trece alegría
Pa nos tur tur día
Pa ningun e ta keda secreto
Cu su plumanan oranjo y preto
Su fluitmento, su talento musical
Mi estimada parha .... Trupial

DIVORCIO

Sintá den banki' misa
Mi pensamento ta pasa
Ariba boso, nos, e y ami
Boso, e y abo cu tawata dimi
Nos, nos cu tawata hunto
E, e cu no sa di e asunto
Ami, e tata y esposo torturá
Pa un matrimonio falso hurá

MI ENGARGO

Bou palo di Watapana
Solitario sinta
jen di desesperashon
buscando un soluchon
Pa un sintímiento
cu manera biento
Ta evita e berdad
y blo busca maldad
Pa un consenshi simplo
sin ningun bon ehemplo
Pa un bida amargo
cu solamente un encargo
......................."Stimashon"! !

CARTANAN RICIBI

UN RUMAN RICO Y UN POBER

Un biaha tawatin un ruman pober y un rico. E ruman pober a bai pidi na San - Antonio pa San - Antonio jude cu su famianan nuebe dia di nobena. Di nuebe dia atras San - Antonio a bai serca e pober, el a jega come cu nan, ora cu el a caba di come el a coi camina, cai lanta nan ta jude.
San Antonio ta un homber bieuw cu garoti. Ela bai na cas pa juda nan pero ora cu el a jega aja, nan tawatin tur cos den cas caba.
E rico awor, semper e ruman pober ta pidië "pa juda nan, lugar di judanan e ta zundra nan,,coré cu nan, bisa nan bai traha. Ora cu el a mira e ruman pober a bin na tur cos el a puntra e ruman pober, di con manera bo a bin na e cos nan ei. Pasobra mi a lesa na San - Antonio nuebe dia, pesei mi a hanja nan. E ora e ruman a codisië". I e ora e ruman rico a dicidi tambe na bai pidi na San - Antonio. Di nuebe dia atras San - Antonio a bini na su cas. I ora e rico a mire ta bini ta un homber bieuw cu garoti, el a sakele porta afo, pasobra ta San - Antonio e ta warda no un homber bieuw. E ora el a bolbe bai reza na San - Antonio, puntre pakiko el no a bini. I e ora San - Antonio a contesta bai juda bo casa aja na cas, i ora el a jega cas pa juda su Señora tur dos a kima den e cas. Den e diez mandamento ta para no codisia cos di otro hende.

Sr. F.M. De Cuba

REGALO PA MAMAY

M'a pensa di cumpra un regalo,
Pa mi regala mamay,
Ora cu plata no ta malo,
Te na diamanta si, mi n' por bai.

Mi a camna waak den tur pacusnan,
Mirando cosnan di balor,
Y mi a keda pensativo,
Ta cual di nan lo mi scohe awor.

Uno di nan mamay tin caba;
Otro ta caro, mi n' por pagé;
Esaki, ay ta fantasia,
Un ta sigur cu lo e gusté.

Te porfin, ata ma hanja un!
Esaki bal mas cu un milion,
Aki si no tin ni un clase duda,
Ta mester e mester ta bon.

Mamay tuma, até regalo:
"Mi ta spera cu des di awor,
Lo mi stima bo bai tur dia,
Cu mucho mas amor."

Francisco Tronc.

Cariciando nan carita,
solo ta tumando despedida
— cu su miles di rayito —
di mi 'Ruba tan querida.

Den atardi campesina,
bo por tend' y mira qui bunita
Dios a parti tur camina,
Su bondad' nan exquisita.

Alaband'e Tata Bondadoso
paharanan den Mat'i rama.
cu nan canto deleitoso,
ta dornand'e panorama.

Hubentud den su legria
ta hungando placentera;
madurez cu su nostalgia.
ta cordando su feliz ayera.

Ma també e tin e advertencia,
p' esnan pober y esnan rico,
Cada atardi — pa nos existencia —
ta un dia mas cortico.

Oh, atardi di mi pueblo.
cu legria y tristeza,
mi sa queda contemplá bo —
cautivápa bo belleza ....

Noord, Aruba. Un Nortero

Maske ki duro e un homber por ta
E tambe tin un corazon
Ta jiu di mama e tambe ta.

Mama duro sin corazon
Bo no ta haci ningun bon
Bo no tin un tiki compasión.

Ki dushi anto bida lo por ta
Si nos tur por percura
Pa no ta for di otro separa.

ATARDI

Ta atardi — solo ta menguando
su calor intenso di merdia.
Poco — poco ta yegando
e final dj'un otro dia.
Y segun e solo ta bahando
den su direccion pa oeste,
brisa di noreste ta frescando
e paisahe dje region campestre.
Cu nan boz di oro primorosa,
dos trupial ta canta huntu —
djies algun chuchubi envidiosa,
ya ta listo cu nan mes conhunto.
Nan ta trat'i surpasá —— enbano
cu nan boznan estridente
den atardi arubana,
canto di e duo excelente.
Cerca casnan den frescura
dje atardi silenciosa,
muchanan y otro criatura,
ta hungando buyiciosa.
Nan boroto i nan canto,
ta sonidonan amable
cu ta aumentá encanto
dje atardi agradable.

Ki contento un mama por ta
Door di jiunan rondoná
Y di su esposo cariciá

Com tristo e mama ey por ta
Door di jiunan maltendi
Y di su esposo desprecia

Cuanto jiu malagradeci
Ta lubida e tempo perdi
Dedica na djele foi chiki

Ningun hende no por pensa
Ta kico un mama lo por sinti
Pa un desgracia di su jiu

Cuanto tatanan malvado
Ta kita bay sin waak atras
Na esun cu ta mama di su jiu

Ta com e mama ey por biba
Solitaria y bandona
Den un mundo di pica

Cuanto mama desempara
Ta camna rond paki payá
Cu un corazon sangra

Ki dushi anto bida lo por ta
Si nos tur por realisa
Di cuanto balor un mama ta.

Taity. T.N.T.

ESAKI TA MI FORMA DI DESCRIBI E ISLA ENCANTA
(Danki di Antemano)

Aruba ta su nomber chikito pero eta grandi pa su hospitalidad y bon trato. Eta hopi conoci pa su belleza nan di naturaleza cu ta expresa e grandeza di su buniteza. Den e profundidad di su suelo ta encontra ancra firme y erguido e seru nan jama Yamanota, Arikok, Hooi Berg, y Crystal cual ta sinti nan mes orgulloso di ta planta cu poder y forza pa obra di naturaleza ariba e suelo tera rondona pa nan bisinya nan cu ta Kadushi, Tuna, Kwihi, Watapana, Aloe, pegasaya, Kibra hacha, Kukwisa y demas plantas y lugar nan tipico di naturaleza cu ta juda nan forma e isla encanta Aruba. Tambe eta poseedor di un gigantesco brug natural cu ta un maravilla si naturaleza, bon forma pa barrancanan masiso cu ta duna di conoce e recio figura estampa y su incomparrable firmeza deposita naci for di e propio tera cu tambe ta un pida barranca terrenal formal cu nos ni un por logra imagina su dureza. Na un banda e tin situa su grot nan cu den pasado tawata cuna y guardia di su habitantes nan di antanyo cu awor den presente ta un lugar turistico y hopi bishita pa mayoria di nos habitantes di e actual erra. Na e otro un banda e tin cuidadosamente aregla su beach cu ta un orgullo pa tur jiu nan di e tera en especial y cual nan ta ofrece un vista panoramica sumamente acojedor pa los demas en general cu sin lugar a duda ta haci su beach nan esnan di mas bunita cu por tin.
Cu su muher y homber nan carinyosa y trahador cu ta usa custumber nan ainda arubanos ta haci di e Aruba un isla diferente na tur e otro isla nan esey ta mi aruba dushi tera.

Nomber: Martin Quanduz.
Adress: B.G.R. 31
Edad: 22

Esey nan ta tur pasa bon y te un otro oportunidad.

ISOLACION

Den nos pueblo y hopi otro lugarnan mas aki na Aruba nos tin personanan isola pa un of otro motibo. Un ehemplo di e motibo aki por ta malesa, pobresa, rasa, nostalgia of comportamento malo den pasado. Si nos pensa bon, nos por concludi cu no ta e malesa of algun punta ja menciona di cierto personanan ta e motibo, sino cu ta nos mes, e comunidad, ta culpabel di e isolacion.
Isolacion kier meen: kita tur medio di comunicasion. Den un combersacion cu un persona invalido nos a contra cu un forma di esaki. Su opinion ta cu comunidad ta biba den un manera asosial y te hasta egoista. Su mes un pueblo, cu conoce bon, ta menosprecie, mientras cu kizas un straño lo dedica mas tempo na dje. E menosprecio, segun su opinion, ta bin door di su malesa. P'e si bo no ta salud bo no ta wordu accepta mas den comunidad.

NOTA DI RED:

Nos kier pa pueblo bira mas consiente di su comportasion Den un mundo moderno y di economia nos no mester laga nos sentimeinto sosial afo. Nos por contribui hopi den prosperidad di hendenan malo y ansianonan, di duna nan un muestra di cariño. Esaki por ta un bishita of dunacion. Nan lo aprecia bo cariño masha hopi!

Fuera di e tema di isolasion, e persona aki a duna nos su opinion tocante di C.B.N. E ta haya esaki su meta ta fantastico, pero dificil pa logra!
E a ripara cu toch e sa mira hopi di nos hobenan ta "slentro" ainda ariba caja, buscando maldad pa hasi. E sa puntra su mes ta kiko ta e motibo cu nan no ta bai destrai nan mes den e edificio di C.B.N.

NOTA DI RED.:

Segun comentario di e hobenan C.B.N. no ta organisa suficiente actividadnan atractivo pa nan. Kizas si no tin bastante (pasobra tin si) actividad, anto esaki ta pa cuasa di flata di coperasion di e hobenan mes. Un bon ehemplo di esaki ta e fiesta di hubentud recien pasa, na unda e presencia ta laga di desea. Talves tin hopi cu no ta asisti na actividadnan tampoco door di influencia negativo di amigonan cu mentalidad inesplicabel.

★ ★ ★

TARAAI

Durante dos luna e revista aki a manda un concurso pa haya un nomber. Nos a haya varios homber bunita y nos ta masha agredecido na e personanan cu a reaciona riba nos concurso.
Algun di e nombernan cu nos a haya ta: Centro vista, Nobedad di Bario, Kompas di Noord, Bon Bini, Keda Pendiente, Taraai, Cariño, Unidos, Cooperation Nos cu Nos sinceridad confianza.
E comishon pa escoge nomber a yega na e conclucion cu Taraai lo ta e mihor nomber. Nos lo duna un splicacion pa kiko.

Un taraai ta un instrumento pa pisca. E tin grandura di mas of menos 2,5m. Y na rand e tin chumbu cu ta zorg pa e zink liher pa e no lanta ora e piscanan cuminza bula aden. Mei mei tin un linja. Un taraai ta wordu maneha door di un persona cu ta purba di tire mas leeuw cu ta posibel. Ora cu e wordu tira a ta habri y ta tapa un grupo grandi di pisca.

Un taraai ta algo chikito cu bon tira por bay basta leeuw, Mescos cu un taraai ta coy hopi pisca nos kier pa e revista aki alcanza mas hopi hende cu ta posibel. Hende di tur rango sociaal. Un taraai no ta coi un sorto di pisca so. Un taraai ta algo cu por alimenta un hende. Cu un taraai bon tira e persona ey tin algo di come.
Nos kier trece articulonan cu ta na bienestar di tur hende. No tin nodi guli ningun weso. Saca nan kriticamente y come solamente lo que ta di come.
No Lubida: Taraai ta algo di nos cultura ....
Na e ganadora Elvira Tromp nos cordial pabien.



KURSO DESAROLLO GENERAL

Centro di Bario Noord tin pensa di kuminsa ku un kurso di desarollo general. Esaki ta un kurso pa e personanan (joven, y adulto, dama y caballero) ku pa un of otro motibo no a termina e ensenjansa basica. (lagere school 6 de klas).

Riba e kurso aki e alumnonan lo hanja e mesun vaknan di ensenjanza basica.

- kada kursista ta contribui ku un suma chikito.
- e bukinan ta wordu paga door di kada kursista.
- e nivel ku lo wordu alkansa ta di 6 de klas mavo 2.
- na final kada alumno lo hanja un certificado.
- e kurso aki ta posibel, solamente si tin bastante interes (30 persona o mas).
- e kurso ta duna bo posibilidad di sigui studia mas aleew.

Si bo persona ta interesa pa sigui tal kurso por fabor jena bo nomber kompleto y fecha di nacemento aki bau, y entrege na un miembro di direktiva di Centro di Bario Noord promer ku dia 10 di Mei.

Si bo kier mas informashon pasa libremente na Centro di Bario Noord y un miembro di direktiva lo por duna bo nan.

Nomber: ....

Fecha di nacemento ....

Direkshon: ....

Mi a jega te ku .... klas di lagere school.

REDAKSHON
TINCHI FLANEGIEN: REDAKTOR
MARTIN FLANEGIEN: INFORMADOR
RUBEN FIGAROA : FOTOGRAFO
RUDY TROMP : POETA – INTREVISTADOR'
MAYENS TROMP : INTREVISTADORA ADMINISTRADORA
ELSA COFFI : COORDINARA

CORESPONDENCIANAN:
FRANS EDUARDO: BONAIRO
AMY LASTEN : HULANDA



Redakshon di TARAAI y directiva di Centro di Bario Noord kier desea tur mama y obrero un dia placentero riba nan dia

INTERPRINT